

Amor Líquido y Voluntad Sólida

El desafío de construir vínculos en la sociedad del deseo

Froilán León



Introducción

La configuración de la familia y del tejido social en Occidente atraviesa hoy una transformación profunda que reconfigura, en sus fundamentos, la experiencia humana compartida. Más que un cambio coyuntural, asistimos a una mutación estructural: el paso de formas de vida relativamente estables, articuladas en torno a vínculos duraderos y comunidades densas, hacia un modelo marcado por la fragmentación, la volatilidad relacional y una creciente centralidad del individuo. Este trabajo se propone describir con rigor esa transformación y sus efectos visibles en la vida cotidiana, partiendo de una premisa metodológica clara: **el análisis detallado de las causas —de orden sociopolítico, cultural y económico— será desarrollado en capítulos posteriores**, una vez establecido el diagnóstico del fenómeno.

Observaciones de la realidad demográfica y familiar

Los datos empíricos de las últimas décadas apuntan de manera consistente en una misma dirección: la reducción progresiva del núcleo familiar y la transformación de sus formas tradicionales. En gran parte de Europa y América del Norte, el tamaño medio del hogar ha disminuido de forma sostenida; en países como España o Italia, la tasa de fecundidad se sitúa en torno a **1,2 hijos por mujer**, muy por debajo del umbral de reemplazo generacional fijado en **2,1**.

Esta tendencia no se limita a una cuestión cuantitativa, sino que revela cambios cualitativos en la estructura de los vínculos. Por un lado, se observa una **reducción y fragmentación** de las unidades familiares: las parejas se forman más tarde, tienen menos hijos y presentan una mayor inestabilidad a lo largo del tiempo. El crecimiento del hogar unipersonal —especialmente en contextos urbanos— se ha convertido en uno de los indicadores más significativos de esta evolución.

Por otro lado, se hace visible una **crisis del compromiso**. El aumento sostenido de las tasas de divorcio —que en algunos países occidentales se aproxima al **50% de los matrimonios**— refleja un cambio en la concepción del vínculo conyugal: de institución orientada a la permanencia y la continuidad, a relación condicionada por la satisfacción subjetiva de sus miembros. El compromiso deja de entenderse como un marco estable y pasa a depender de dinámicas emocionales más volátiles.

En paralelo, se configura una nueva relación entre sexualidad y vínculo. La expansión de lo digital y de las plataformas de interacción ha favorecido formas de relación más inmediatas y desestructuradas, donde el encuentro se desvincula con frecuencia del compromiso. La proliferación de aplicaciones de citas ilustra este fenómeno: las relaciones tienden a adoptar una lógica de consumo, en la que el otro puede ser percibido como intercambiable y provisional.

Consecuencias: el costo humano del cambio social

Las implicaciones de estas transformaciones trascienden el plano estadístico y se inscriben en una dimensión profundamente existencial. La progresiva erosión de los vínculos familiares tradicionales no siempre ha sido compensada por nuevas formas de cohesión, generando vacíos que afectan a distintas etapas de la vida.

En primer lugar, se observa un aumento de la **soledad crónica** y de los problemas asociados a la salud mental. La debilitación de las redes de apoyo estables expone a un número creciente de individuos a situaciones de aislamiento prolongado. Diversos estudios en salud pública señalan que la soledad sostenida puede tener efectos comparables a factores de riesgo clásicos, contribuyendo al incremento de trastornos como la ansiedad o la depresión.

En segundo lugar, emerge una **reconfiguración del lugar de los ancianos** en la sociedad. La disminución del número de hijos, junto con la mayor movilidad geográfica, ha debilitado los mecanismos tradicionales de cuidado intergeneracional. Este cuidado, anteriormente integrado en la vida familiar, tiende a externalizarse en instituciones especializadas, lo que en algunos casos puede derivar en situaciones de aislamiento afectivo.

Por último, la **vulnerabilidad de niños y jóvenes** se convierte en un elemento central. La inestabilidad de los entornos familiares puede dificultar la transmisión de referentes sólidos, afectando a la construcción de identidad y al sentido de pertenencia. En contextos donde los vínculos son más fluidos y menos previsibles, las nuevas generaciones se enfrentan al desafío de crecer sin marcos relacionales estables que orienten su desarrollo.

En conjunto, estas dinámicas apuntan a una cuestión de fondo: no solo están cambiando las formas de convivencia, sino también las condiciones mismas en las que se construye la experiencia humana compartida. El análisis de este fenómeno exige, por tanto, una mirada que combine la descripción empírica con una reflexión más amplia sobre sus causas y sus implicaciones.

Cambio de Paradigma

Estamos asistiendo a una transformación profunda en la forma en que los individuos comprenden sus vínculos, sus prioridades y, en particular, el significado del amor. Este cambio puede describirse como el tránsito desde una **sociedad de la virtud**, estructurada en torno al sacrificio y la continuidad, hacia una **sociedad del deseo**, centrada en la experiencia individual y la autorrealización. No se trata simplemente de una evolución económica o educativa, sino de una mutación cultural de largo alcance que ha sido analizada por pensadores como Zygmunt Bauman, con su concepto de “amor líquido”, o Gilles Lipovetsky, quien describe nuestra época como “la era del vacío”.

Del “Bien Mayor” al “Bienestar Personal”

En este nuevo contexto, el amor ha dejado de ser concebido como un compromiso orientado hacia un fin superior o colectivo —como la familia, la tradición o la trascendencia— para convertirse en un instrumento al servicio del bienestar personal. En el pasado, el individuo se percibía a sí mismo como parte de una estructura mayor, donde el sacrificio no solo era necesario, sino deseable, porque otorgaba sentido a la existencia. Amar implicaba construir algo duradero, algo que trascendiera la vida individual. Hoy, en cambio, el amor se interpreta cada vez más como un espacio de crecimiento personal: la relación se mantiene en la medida en que contribuye a la felicidad individual, y se abandona cuando deja de hacerlo. Esta inversión de lógica transforma profundamente la estabilidad de los vínculos.

La “Sacralización” del Yo

Paralelamente, se ha producido una especie de “sacralización del yo”. Con el debilitamiento de las instituciones tradicionales —especialmente la religión y las normas comunitarias— el individuo se ha convertido en el centro de referencia moral. La autonomía personal se valora por encima de casi cualquier otra cosa, y la entrega al otro puede percibirse como una amenaza a esa independencia. En lugar de un ideal de donación o sacrificio, emerge una lógica de negociación constante: las relaciones se convierten en intercambios emocionales donde cada parte evalúa lo que recibe y lo que da, buscando un equilibrio inmediato y continuo. El amor deja de ser incondicional para volverse condicional, sujeto a expectativas y beneficios.

Ruptura de los Vínculos Fundamentales

La transformación de la familia

Este cambio de paradigma redefine el papel de la familia. Lo que antes era un destino casi inevitable —un pilar de estabilidad y continuidad— se ha transformado en una opción entre muchas otras. La familia ya no estructura necesariamente la vida del individuo, sino que compite con otros proyectos personales como la carrera profesional, el desarrollo individual o el ocio. Incluso la figura del hijo se reconfigura: deja de ser un eslabón dentro de una cadena generacional para convertirse en un proyecto afectivo elegido. Esta nueva perspectiva implica que, ante conflictos o dificultades en la pareja, se prioriza con mayor frecuencia el bienestar emocional inmediato de los adultos sobre la preservación del núcleo familiar a largo plazo.

En la relación con los hijos, este cambio se manifiesta en el paso del “hijo-deber” al “hijo-deseo”. Históricamente, los hijos ocupaban un lugar funcional y simbólico dentro de una continuidad generacional: representaban la prolongación del linaje, contribuían a la economía familiar y garantizaban apoyo en la vejez. Existía una jerarquía clara, en la que los padres ejercían autoridad y los hijos se integraban en un orden previamente establecido. Hoy, en cambio, el hijo es concebido ante todo como el resultado de un deseo afectivo intenso, casi como un proyecto personal. Esta transformación tiene efectos importantes: la relación se horizontaliza, y muchos padres tienden a evitar el conflicto o la imposición de normas por temor a deteriorar el vínculo emocional. La autoridad se diluye, reemplazada por la búsqueda constante de validación afectiva mutua.

Un fenómeno aún más revelador se observa en la relación con los ancianos, donde la lógica del sacrificio ha retrocedido de manera más visible. Tradicionalmente, el cuidado de los padres mayores se consideraba un deber moral incuestionable, una forma de reciprocidad dentro de una cadena intergeneracional de entrega. La familia funcionaba como una red de apoyo donde cada generación asumía responsabilidades hacia la anterior y la siguiente. En la actualidad, esta función ha sido en gran medida externalizada: instituciones como las residencias de mayores (los llamados *EHPAD* en Francia) han asumido ese papel. Esto no responde únicamente a una cuestión práctica, sino también a un cambio de mentalidad: el individuo contemporáneo tiende a percibir el cuidado prolongado de un anciano como una carga que compromete su tiempo, su bienestar y su autonomía. El Estado, al asumir ese rol, permite que el individuo evite ese sacrificio, pero también debilita el vínculo familiar como espacio de responsabilidad mutua.

Del amor entrega al consumo sentimentalista

En el plano más conceptual, la distinción entre amor como entrega y amor como sentimiento resulta clave para comprender esta transformación. El amor entendido como entrega —cercano a lo que la tradición filosófica denomina *ágape*— implica una decisión de la voluntad: cuidar, permanecer y sostener al otro incluso cuando las emociones fluctúan. Es un tipo de amor que genera estabilidad porque no depende exclusivamente del estado emocional del momento. Por el contrario, el amor reducido al sentimiento —más próximo a *eros* entendido como emoción— se vuelve reactivo y condicionado: la relación se mantiene mientras produce bienestar subjetivo. En este contexto, la familia se convierte en una estructura “termolábil”: cuando la intensidad emocional disminuye debido al cansancio, la rutina o las dificultades inevitables de la vida, el vínculo pierde su fundamento y tiende a romperse. La estabilidad deja de ser un valor en sí mismo.

En este marco, las relaciones comienzan a adoptar lógicas propias del consumo. En una cultura marcada por el mercado, las personas tienden a buscar parejas que se ajusten perfectamente a sus expectativas, como si se tratara de productos diseñados a medida. Se evita el conflicto estructural o la transformación personal profunda, privilegiando la compatibilidad inmediata. Sin embargo, esto genera una paradoja: se desea un amor incondicional —ser aceptado tal como uno es— mientras se imponen múltiples condiciones al otro. La relación se convierte así en un espacio de exigencias más que de construcción compartida.

La fragilidad del vínculo y la paradoja de la soledad

La consecuencia de este conjunto de transformaciones es la creciente fragilidad del vínculo afectivo. Cuando el amor se fundamenta principalmente en el sentimiento —que es por naturaleza cambiante— y no en el compromiso o en un proyecto común que lo trascienda, la relación se vuelve inestable. La rutina, el aburrimiento o el conflicto dejan de ser fases normales a superar y pasan a interpretarse como señales de que la relación ha perdido su sentido. En este contexto, la pregunta fundamental ya no es “¿qué puedo aportar yo a esta relación o a mi familia?”, sino más bien “¿qué me está aportando esta relación a mí?”. Este desplazamiento, sutil pero decisivo, resume el paso de una lógica del deber a una lógica del deseo. Aquello que durante siglos se entendía como un **vínculo** —una estructura que une, orienta y sostiene la vida— comienza a percibirse hoy como una **carga**, es decir, como una limitación de la libertad individual. Este desplazamiento no es superficial; implica una redefinición profunda de las relaciones humanas, donde la lógica de la entrega

cede progresivamente ante la primacía del sentimiento. El resultado es una transformación transversal de la estructura familiar, particularmente visible en sociedades occidentales como la francesa.

Este conjunto de transformaciones desemboca en una paradoja significativa: la creciente soledad en sociedades que, en teoría, han maximizado la libertad individual. Al rechazar los costes inherentes a la convivencia —la paciencia, la renuncia, el cuidado del otro en momentos difíciles— el individuo gana autonomía, pero pierde densidad relacional. La libertad se expande, pero la red de apoyo se debilita. Este fenómeno, ampliamente observado en contextos urbanos occidentales, sugiere que la eliminación del sacrificio no conduce necesariamente a una mayor plenitud, sino a una forma de aislamiento estructural.

En definitiva, la familia ha dejado de ser una **comunidad de destino**, donde los individuos permanecen unidos por una lógica de continuidad y necesidad compartida, para convertirse en una **asociación afectiva voluntaria**, sostenida mientras las condiciones emocionales lo permitan. Esta redefinición explica una tensión central de nuestro tiempo: muchas personas expresan el deseo de construir vínculos duraderos, pero al mismo tiempo rechazan las renunciaciones que históricamente han hecho posible su estabilidad. En ese desajuste entre aspiración y disposición se juega buena parte de la fragilidad contemporánea de las relaciones humanas.

Reescritura de Conceptos Antropológicos

El Sacrificio: De lo "Sagrado" al "Lastre"

La transformación de dos nociones fundamentales —sacrificio y libertad— explica buena parte de las tensiones contemporáneas en torno a la familia, el compromiso y los vínculos duraderos. Lo que está en juego no es únicamente un cambio de costumbres, sino una redefinición del significado mismo de actuar, elegir y relacionarse con los demás.

En primer lugar, la evolución del concepto de sacrificio resulta especialmente reveladora. Su raíz etimológica, *sacrum facere* (“hacer sagrado”), remite a una concepción en la que renunciar a algo propio no implicaba una simple pérdida, sino una elevación del acto a una dimensión superior. En la visión clásica, el sacrificio dotaba de sentido a la acción: cuando un padre renunciaba a su comodidad por el bienestar de su hijo, o cuando una pareja subordinaba deseos individuales a la estabilidad del vínculo, ese gesto no era percibido como una mutilación, sino como una forma de conferir valor y profundidad a la relación. El esfuerzo y el dolor, lejos de ser absurdos, estaban integrados en una lógica de significado.

En contraste, en la cultura contemporánea el sacrificio ha sido progresivamente reinterpretado como una pérdida neta de utilidad. En un entorno dominado por la inmediatez, la optimización y la búsqueda del bienestar subjetivo, toda renuncia que no genere un beneficio claro y rápido tiende a percibirse como irracional o incluso perjudicial. Así, lo que antes era signo de compromiso se convierte en indicio de desequilibrio: sacrificarse por otro puede ser leído como falta de autoestima o dependencia. Este giro semántico es crucial, porque transforma la experiencia misma del vínculo: ya no se trata de “dar sentido” a través de la entrega, sino de evitar cualquier forma de coste que no esté directamente compensado. La consecuencia es una inversión de perspectiva: el otro deja de ser alguien por quien vale la pena renunciar, para convertirse potencialmente en alguien que limita o “consume” la propia vida.

La Libertad: ¿Voluntad o Vicio?

Esta mutación se conecta directamente con la transformación del concepto de libertad. En la tradición filosófica clásica, representada por figuras como Aristóteles o Tomás de Aquino, la libertad no se entendía como la mera ausencia de límites, sino como la capacidad de gobernarse a uno mismo en dirección al bien. Ser libre implicaba no estar

sometido a los propios impulsos o deseos inmediatos, sino ser capaz de orientarlos hacia aquello que perfecciona al individuo. En este sentido, la libertad tenía un contenido y un propósito: la realización de la virtud y, con ella, de una vida lograda.

En la modernidad, sin embargo, se impone progresivamente una concepción distinta, más cercana a lo que la teoría política denomina libertad negativa: la ausencia de interferencias externas. Aquí, la libertad se identifica con la posibilidad de elegir sin restricciones, independientemente del contenido de la elección. El acto de decidir se convierte en un fin en sí mismo. Bajo esta lógica, cualquier vínculo que limite las opciones futuras —una promesa, una relación estable, una responsabilidad familiar— puede percibirse como una amenaza a la autonomía. La libertad deja de ser una capacidad orientada y se convierte en una apertura indefinida de posibilidades, donde el valor reside en no quedar atado a ninguna de ellas.

En este contexto, el compromiso se vuelve problemático. Comprometerse implica, por definición, restringir la propia libertad futura en nombre de un bien que se considera superior o más valioso a largo plazo. Es una apuesta por la estabilidad frente a la variabilidad del deseo. Sin embargo, si la libertad se define precisamente como la imposibilidad de ser limitado, entonces el compromiso aparece como contradictorio o incluso incoherente. Prometer algo para el futuro —permanecer, cuidar, sostener— exige aceptar una reducción de opciones, algo que la lógica contemporánea tiende a rechazar.

Este trasfondo filosófico ayuda a comprender fenómenos sociales concretos, como el aumento de la soltería o la inestabilidad de las relaciones. Instituciones como el matrimonio o la familia no son simplemente arreglos afectivos; implican una estructura basada en la duración, la renuncia parcial y la orientación hacia un bien común. Cuando desaparece la legitimidad del sacrificio y se redefine la libertad como pura disponibilidad, estas instituciones pierden su fundamento interno. No es que dejen de ser deseadas en el plano ideal, sino que se vuelven difíciles de sostener en la práctica. Así, la tensión entre el deseo de vínculo y la resistencia a sus condiciones se convierte en uno de los rasgos más característicos de la experiencia contemporánea.

Los nuevos tiranos: Deseos, Caprichos y Bienestar, y el Conformismo Rebelde

Es interesante resaltar que una intuición central de la filosofía clásica y de muchas tradiciones espirituales implica que la libertad no consiste simplemente en seguir los propios impulsos, sino en tener la capacidad de gobernarlos. Un individuo que no puede decir “no” a

lo que siente en un momento dado no es plenamente libre, sino que queda subordinado a fuerzas —biológicas, psicológicas o sociales— que lo determinan desde fuera o desde dentro. En este sentido, la aparente expansión de la libertad en las sociedades contemporáneas convive con formas más sutiles de dependencia, una especie de “esclavitud invisible” que no se impone por coerción directa, sino por la gestión de los deseos.

Una de las manifestaciones más claras de este fenómeno se encuentra en lo que podría llamarse el mercado de los deseos. En un entorno altamente mediado por el consumo, las emociones y aspiraciones individuales se convierten en el principal terreno de intervención económica. Si el criterio último de decisión es “lo que siento”, entonces quien logre influir en ese sentir tendrá una capacidad decisiva sobre la conducta. La publicidad, los algoritmos y las dinámicas de las redes sociales no solo responden a deseos preexistentes, sino que los producen y los orientan. Se instala así una lógica de insatisfacción permanente: cada deseo satisfecho es rápidamente sustituido por otro, en un ciclo continuo que impide cualquier forma de plenitud estable. La elección existe, pero dentro de un marco preconfigurado; es una libertad que opera como en un supermercado, donde la variedad es amplia pero las necesidades de fondo permanecen intactas y, en cierto modo, inducidas.

Este contexto favorece la aparición de lo que puede describirse como la tiranía del capricho. Cuando la libertad se desvincula de criterios como la verdad, la virtud o el bien común, corre el riesgo de reducirse al impulso inmediato. Actuar en función de lo que se siente en un instante concreto puede dar una sensación de autenticidad, pero también implica una fuerte dependencia de estados emocionales cambiantes. En términos clásicos, pensadores como Aristóteles ya advertían que quien no domina sus pasiones no se gobierna a sí mismo. La verdadera autonomía exige una forma de autodisciplina: la capacidad de mantener una decisión incluso cuando las emociones fluctúan. Sin ese dominio interior, el individuo no decide tanto como reacciona, quedando expuesto a variaciones internas que no controla del todo.

A esta dinámica se añade un fenómeno aparentemente contradictorio: el conformismo bajo la apariencia de rebeldía. Las sociedades contemporáneas valoran intensamente la originalidad, la autenticidad y la ruptura con lo establecido. Sin embargo, esa invitación a “ser uno mismo” suele canalizarse a través de patrones culturales ampliamente compartidos. Las mismas formas de vestir, de pensar, de consumir o incluso de cuestionar las normas se reproducen de manera masiva. Algunos sociólogos han descrito esta situación como un “conformismo de la disidencia”: el individuo cree estar afirmando su

singularidad cuando, en realidad, sigue guiones ya disponibles para el “sujeto moderno”. La presión social no desaparece; simplemente cambia de forma, pasando de imponer la conformidad a imponer la diferencia estandarizada.

Este cambio se vincula con lo que algunos autores han descrito como una “dictadura del bienestar” o de la felicidad. En este marco, el objetivo principal de la vida se redefine en términos de comodidad, satisfacción y ausencia de sufrimiento. El problema no es la búsqueda legítima del bienestar, sino su absolutización. Cuando cualquier forma de incomodidad se percibe como inaceptable, el individuo pierde tolerancia al esfuerzo y al dolor inherente a muchas experiencias significativas. Esta evitación sistemática del sacrificio produce una forma de fragilidad: ante el conflicto, la frustración o la dificultad —inevitables en cualquier relación o proyecto— la reacción predominante tiende a ser la retirada. Sin la capacidad de sostener tensiones, se debilita lo que podría llamarse una “resistencia interior”, necesaria para mantener compromisos a largo plazo.

La pérdida de la Libertad de Compromiso

Finalmente, una de las consecuencias más profundas de este conjunto de transformaciones es la erosión de la capacidad de compromiso. Si la conducta está guiada principalmente por deseos cambiantes, se vuelve difícil sostener decisiones que requieren estabilidad en el tiempo. La promesa —que es una de las expresiones más altas de la libertad humana— implica precisamente lo contrario: que el “yo” presente se obligue frente a un futuro incierto, aceptando limitar su margen de acción en nombre de un bien considerado valioso. Sin embargo, cuando el presente se absolutiza y el deseo inmediato se convierte en criterio último, el “yo” futuro pierde consistencia; aparece como una versión desconocida de uno mismo a la que no se le puede garantizar nada. En estas condiciones, los vínculos duraderos se vuelven frágiles, no tanto por falta de deseo inicial, sino por la dificultad de sostenerlo más allá de sus fluctuaciones. Por ende, la libertad contemporánea, entendida como disponibilidad permanente para elegir, puede entrar en tensión con las condiciones necesarias para construir relaciones estables y significativas. La paradoja es evidente: cuanto más se privilegia la ausencia de límites, más se debilita la capacidad de asumir aquellos compromisos que, precisamente, dan forma y profundidad a la vida en común.

La distinción que propone la filosofía clásica entre ser **sujeto** de la propia vida o convertirse en **objeto** de las circunstancias permite profundizar en una de las tensiones más importantes del pensamiento contemporáneo: la redefinición de la libertad. Lejos de ser una cuestión abstracta, esta diferencia afecta directamente a la forma en que las personas toman decisiones, construyen vínculos y otorgan sentido a su existencia. Analizada en

profundidad, esta perspectiva cuestiona uno de los supuestos más extendidos de la modernidad: la idea de que ser libre equivale simplemente a no tener límites.

En este sentido, aparece una primera paradoja fundamental. La experiencia muestra que la libertad no se identifica con la ausencia total de restricciones, sino con la **capacidad de autolimitarse** en función de un propósito elegido. Un individuo que no puede controlar sus impulsos —ya sea frente al consumo, al deseo o a la gratificación inmediata— no actúa como un agente soberano, sino como alguien condicionado por fuerzas que lo superan. La tradición filosófica clásica, desde Aristóteles hasta Immanuel Kant, insistió en esta idea: la autonomía no consiste en hacer lo que se quiere en cada momento, sino en actuar según principios que uno reconoce como valiosos. En esta línea, la persona que es capaz de renunciar a un beneficio inmediato en nombre de un bien mayor —como la fidelidad, la responsabilidad o la verdad— no está perdiendo libertad, sino ejerciéndola en su forma más alta.

Desde esta perspectiva, el sacrificio deja de ser una debilidad para convertirse en un acto de soberanía personal. Sacrificarse implica afirmar una jerarquía de valores: decir que algo —una relación, un ideal, una causa— merece más que la propia comodidad inmediata. Es una declaración de dominio sobre uno mismo. Sin embargo, en buena parte de la cultura contemporánea occidental, este tipo de decisiones tiende a ser reinterpretado de manera negativa, como si implicara sumisión, dependencia o falta de autoestima. Esta lectura pasa por alto un elemento esencial: toda construcción duradera, ya sea una familia, una obra creativa o un proyecto colectivo, exige una inversión sostenida que incluye renunciaciones. Al eliminar la legitimidad del sacrificio, no solo se evita el coste, sino que también se dificulta la posibilidad de generar estructuras sólidas en el tiempo.

La pérdida del Sentido

En este contexto emerge otra consecuencia más profunda: la pérdida progresiva de sentido. El bienestar, entendido como estado subjetivo de satisfacción, no basta por sí solo para dotar de significado a la existencia. En cambio, el compromiso con algo que trasciende el interés inmediato —una persona, una responsabilidad, una causa— introduce una dimensión de sentido que no depende únicamente del placer o la comodidad. Experiencias que desde fuera pueden parecer negativas en términos de bienestar, como el esfuerzo, el cuidado o incluso el sufrimiento, pueden vivirse como profundamente significativas cuando están orientadas hacia algo que se valora. La confusión entre bienestar y plenitud contribuye a explicar por qué, a pesar del aumento de las comodidades materiales, persisten o incluso crecen las sensaciones de vacío en muchas sociedades desarrolladas.

En definitiva, la diferencia entre ser sujeto u objeto de la propia vida se juega en la relación con los propios impulsos y con la capacidad de comprometerse con algo más allá del presente inmediato. Quien logra gobernarse a sí mismo y orientar sus acciones hacia fines que considera valiosos actúa como sujeto, es decir, como autor de su propia existencia. Por el contrario, quien se limita a reaccionar a estímulos internos o externos —buscando constantemente la gratificación o evitando cualquier incomodidad— corre el riesgo de convertirse en objeto de dinámicas que no controla plenamente. La paradoja final es que la verdadera libertad no se alcanza eliminando todos los límites, sino eligiendo conscientemente aquellos que hacen posible una vida con dirección, coherencia y sentido.

Analizando las causas

Cronología del cambio

El cambio de paradigma que analizamos —el paso de una cultura del compromiso y el sacrificio a otra centrada en el deseo individual— no puede entenderse como un giro repentino. Se trata más bien de un proceso histórico complejo de transformación cultural que se acelera en el siglo XX y que encuentra en Francia uno de sus principales laboratorios intelectuales y sociales. Este proceso combina corrientes filosóficas, rupturas culturales y reformas institucionales que, en conjunto, han redefinido la forma en que se conciben la libertad, la familia y el sentido de la vida.

Una primera etapa clave se sitúa en el terreno intelectual, especialmente en el auge del existencialismo tras la Segunda Guerra Mundial. Pensadores como Jean-Paul Sartre y Simone de Beauvoir formularon una idea que marcaría profundamente la cultura contemporánea: “la existencia precede a la esencia”. Con esta afirmación, se rompe con la visión tradicional según la cual el ser humano nace con una naturaleza o un propósito dado —ya sea religioso, familiar o social— y se afirma, en cambio, que cada individuo debe construirse a sí mismo a través de sus elecciones. Este enfoque otorga una centralidad inédita a la libertad individual, pero también introduce una sospecha hacia todas aquellas estructuras —como la familia o la religión— que podrían percibirse como limitaciones externas a esa auto-creación.

Este giro filosófico encuentra una expresión masiva y concreta en el estallido cultural de Mayo del 68. Más que una revolución política en sentido estricto, se trató de una transformación simbólica y cultural que cuestionó las bases de la autoridad tradicional. Bajo consignas como “Prohibido prohibir”, estudiantes y movimientos sociales pusieron en entredicho instituciones consideradas hasta entonces pilares del orden social: la Iglesia, el Estado jerárquico y la familia patriarcal. En este contexto, la búsqueda de la felicidad individual se eleva a principio rector, y cualquier norma que implique renuncia o disciplina comienza a interpretarse como una forma de opresión. Es también en este periodo cuando se consolida la separación entre sexualidad, compromiso y procreación, abriendo la puerta a nuevas formas de entender las relaciones afectivas.

A partir de la década de 1970, estas transformaciones culturales se consolidan mediante su institucionalización en distintos ámbitos. En el plano jurídico y político, el Estado francés evoluciona desde una lógica de protección de estructuras colectivas —como

la familia— hacia una defensa prioritaria de los derechos individuales. Reformas como la legalización del aborto o la flexibilización del divorcio reflejan este desplazamiento: el vínculo deja de concebirse como una realidad estable que debe preservarse y pasa a entenderse como un acuerdo entre individuos, susceptible de modificarse o disolverse en función de la voluntad de las partes.

De manera paralela, el desarrollo del capitalismo de consumo actúa como un potente catalizador de este cambio. Lejos de oponerse a la nueva cultura del individuo, el mercado la integra y la potencia. Un modelo económico basado en el consumo constante encuentra en el individuo autónomo —no ligado a estructuras de dependencia fuertes— un sujeto ideal. La publicidad y las industrias culturales comienzan a promover estilos de vida centrados en la satisfacción personal, la novedad y la experiencia, reforzando la idea de que la libertad se expresa a través de la elección continua. En este contexto, el deseo deja de ser algo que se regula y pasa a ser algo que se estimula sistemáticamente.

El sistema educativo también participa en esta transformación, aunque de forma más sutil. Sin abandonar completamente la transmisión de conocimientos, la escuela incorpora progresivamente un énfasis en la autonomía personal, la creatividad y la expresión individual. Se fomenta que el alumno “sea él mismo”, que explore sus emociones y construya su propio camino. Sin embargo, este enfoque no siempre va acompañado de una formación equivalente en la gestión de los impulsos o en la responsabilidad hacia los demás. El resultado es una educación que prioriza la autoexpresión, pero que puede dejar en segundo plano la dimensión del autocontrol o del compromiso.

El proceso de cambio no se produce únicamente a través de grandes teorías o reformas visibles, sino también mediante mecanismos culturales más difusos. En primer lugar, se observa una progresiva desacralización del sacrificio: lo que antes se consideraba valioso —la renuncia por un bien mayor— comienza a asociarse con lo arcaico o lo represivo. En segundo lugar, tiene lugar una psicologización de la vida moral: las categorías tradicionales de “bien” y “mal” son sustituidas por criterios subjetivos como “me hace sentir bien” o “me genera malestar”. Esto reconfigura la forma de interpretar los conflictos personales, que dejan de verse como dilemas éticos para convertirse en cuestiones de equilibrio emocional. Finalmente, el papel del entretenimiento resulta decisivo: el cine, la música y la televisión difunden narrativas donde la ruptura, la reinención personal y la búsqueda constante de nuevas experiencias aparecen como signos de autenticidad, mientras que la estabilidad puede representarse como monotonía o limitación.

En conjunto, este proceso describe el paso de una cultura estructurada en torno a la continuidad, el deber y la pertenencia, a otra centrada en la elección, la experiencia y la autorrealización. No se trata de un cambio unidireccional ni exento de tensiones, sino de una reconfiguración profunda que sigue generando debates sobre sus consecuencias. La cuestión de fondo permanece abierta: cómo equilibrar la legítima aspiración a la libertad individual con las condiciones necesarias para sostener vínculos duraderos y significativos en el tiempo.

Aplicando pensamiento crítico

Aplicar pensamiento crítico a los cambios sociales implica ir más allá de la explicación superficial basada en la “evolución natural” o la simple casualidad. Supone analizar qué estructuras de poder, qué incentivos materiales y qué visiones del mundo han orientado esas transformaciones. En el caso del paso hacia una cultura más individualista y centrada en el deseo, no basta con describir el fenómeno: es necesario interrogarse por los marcos mentales y las dinámicas que lo han hecho posible. Ahora bien, conviene evitar una simplificación excesiva: no todos los actores implicados perseguían los mismos fines ni actuaban de forma coordinada. Más bien, distintas lógicas —económicas, políticas y culturales— convergieron en una dirección similar.

Desde una perspectiva crítica, es posible identificar ciertos incentivos estructurales que han favorecido esta evolución. En el plano económico, por ejemplo, el desarrollo de las sociedades de consumo ha tendido a privilegiar al individuo como unidad básica. Un hogar fragmentado o una vida más individualizada generan, en muchos casos, mayores niveles de consumo: más viviendas, más servicios, más productos personalizados. Esto no implica necesariamente una intención deliberada de “destruir la familia” (ni la descarta), pero sí revela una compatibilidad entre el modelo económico y una cultura centrada en la autonomía individual. El vínculo deja de ser solo una realidad afectiva o moral y pasa también a tener implicaciones en términos de comportamiento económico.

En el ámbito político, el debilitamiento de estructuras intermedias como la familia extensa, las comunidades locales o las instituciones religiosas ha coincidido con una mayor centralidad del Estado en la provisión de servicios y protección social. En países como Francia, este proceso ha permitido avances significativos en derechos y seguridad social, pero también ha modificado las formas de dependencia y pertenencia. El individuo se relaciona cada vez más directamente con instituciones públicas o sistemas impersonales, lo que puede reducir la densidad de los vínculos comunitarios tradicionales. No se trata

necesariamente de una estrategia consciente de sustitución, sino de una reconfiguración progresiva de las funciones sociales.

En el plano social y laboral, la globalización y la transformación del mercado de trabajo han introducido nuevas exigencias de movilidad y flexibilidad. Las trayectorias vitales menos ancladas —con menos compromisos duraderos o arraigos fuertes— facilitan la adaptación a entornos cambiantes. Esto ha contribuido a reforzar una cultura donde la disponibilidad y la autonomía se valoran especialmente, aunque también puede generar tensiones con la estabilidad de los vínculos personales.

Más allá de los incentivos, es importante considerar el modelo mental que ha acompañado estas transformaciones. Una de sus expresiones puede describirse como un **racionalismo individualista**, donde el ser humano se entiende principalmente como un agente que busca maximizar su bienestar. Esta visión, influida en parte por corrientes modernas del pensamiento, tiende a interpretar normas, deberes o sacrificios como restricciones que deben justificarse en términos de utilidad. En este marco, eliminar “fricciones” —ya sean morales, sociales o culturales— aparece como un modo de aumentar la libertad y la satisfacción.

A ello se suma una fuerte confianza en la idea de progreso lineal: la convicción de que el paso del tiempo implica necesariamente una mejora, y que las formas tradicionales de vida son, por definición, más limitantes que las actuales. Este supuesto ha impulsado procesos de crítica y transformación necesarios en muchos casos, pero también puede generar puntos ciegos, especialmente cuando se subestiman las funciones protectoras o estructurantes de ciertas instituciones. La tradición no solo impone límites; también proporciona marcos de sentido y redes de apoyo.

Otro elemento relevante es la idea de la maleabilidad de la naturaleza humana, cercana al concepto de *tabula rasa*. Bajo esta perspectiva, las formas de vida —incluidas la familia o las relaciones afectivas— pueden rediseñarse casi por completo mediante leyes, शिक्षा o cambios culturales. Si bien es cierto que las estructuras sociales son en parte construidas, esta visión puede infravalorar la persistencia de ciertas necesidades humanas básicas, como la pertenencia, la estabilidad o el reconocimiento.

El análisis crítico también exige considerar las consecuencias no previstas de estos procesos. En varias sociedades desarrolladas se observan fenómenos como el descenso de la natalidad, el aumento de la soledad o las dificultades en la salud mental. Estas tendencias no pueden atribuirse a una única causa, pero sí sugieren que la reorganización

de los vínculos y de las expectativas individuales tiene efectos complejos. La mayor libertad formal puede coexistir con nuevas formas de vulnerabilidad, especialmente cuando el individuo asume en solitario la responsabilidad de dar sentido a su vida.

En definitiva, más que el resultado de un diseño único o de una intención homogénea, el cambio de paradigma puede entenderse como la convergencia de múltiples dinámicas: económicas, políticas, culturales e intelectuales. El desafío del pensamiento crítico consiste en reconocer tanto los avances que estas transformaciones han permitido —en términos de derechos, autonomía y pluralismo— como sus tensiones y límites. Solo a partir de ese análisis matizado es posible plantear preguntas de fondo sobre cómo equilibrar libertad individual, cohesión social y sentido compartido en las sociedades contemporáneas.

Desmontando la explicación desde el presentismo

Es necesario cuestionar una intuición muy extendida: la idea de que vivir en el presente nos sitúa automáticamente en una posición de superioridad intelectual o moral respecto al pasado. Este sesgo no solo simplifica la historia, sino que también empobrece nuestra comprensión de cómo otras generaciones pensaban, decidían y daban sentido a sus vidas. Para abordarlo con rigor, conviene analizar varios niveles de este fenómeno.

En primer lugar, está el mito de la supuesta “inconsciencia” del pasado. La afirmación de que antes “la gente no pensaba” o no se cuestionaba su vida es difícil de sostener si se examina con un mínimo de perspectiva histórica. Las generaciones anteriores reflexionaban intensamente sobre el amor, el deber, el sufrimiento o la muerte, pero lo hacían desde marcos de referencia distintos. Su jerarquía de valores no colocaba en el centro la felicidad emocional inmediata, sino nociones como el deber, el honor o la continuidad. Esto no implica que ignoraran el malestar o la frustración, sino que los interpretaban de otra manera: como elementos integrados en una vida orientada hacia fines más amplios. Desde esta óptica, dejarse llevar exclusivamente por los sentimientos podía verse como una forma de inestabilidad, no como una señal de autenticidad.

En segundo lugar, conviene matizar la relación entre cuestionamiento y ruptura. Existe una tendencia a asumir que “pensar más” conduce necesariamente a liberarse de estructuras tradicionales, como si la reflexión crítica solo pudiera desembocar en el abandono. Sin embargo, este es un salto lógico discutible. El pensamiento crítico puede llevar tanto a cuestionar como a reafirmar un compromiso, precisamente porque permite

comprender mejor sus implicaciones. Una persona puede examinar su situación con profundidad y, aun así, decidir mantenerse en ella porque considera que responde a valores que juzga superiores a sus deseos inmediatos. Desde este punto de vista, la diferencia no reside tanto en la capacidad de pensar como en la disposición a tolerar el malestar y a sostener decisiones en el tiempo. Lo que hoy se interpreta a veces como “falta de conciencia” podría entenderse, en otros términos, como una mayor capacidad de resistencia o de integración del conflicto.

El tercer elemento es la idea de progreso moral lineal, según la cual la historia avanza de forma continua desde formas de vida “inferiores” hacia otras más “evolucionadas”. Este esquema, aunque intuitivo, introduce un sesgo importante: juzga el pasado exclusivamente con categorías del presente, sin tener en cuenta las condiciones materiales, sociales y culturales en las que se tomaban las decisiones. Evaluar, por ejemplo, a una persona de principios del siglo XX con criterios actuales puede llevar a conclusiones simplistas. Lo que desde hoy puede parecer falta de cuestionamiento pudo haber sido, en su contexto, una decisión consciente orientada a preservar la estabilidad de un entorno familiar o comunitario. Reducir esas elecciones a ignorancia implica ignorar la complejidad de los marcos en los que se producían.

Autores como C. S. Lewis advirtieron sobre este sesgo, al que llamaron “snobismo cronológico”: la tendencia a considerar automáticamente superior lo más reciente por el mero hecho de serlo. Este tipo de enfoque no solo distorsiona el pasado, sino que también impide evaluar críticamente el presente, al dar por supuesto que nuestras categorías actuales son el punto de llegada definitivo.

Por último, es útil entender que este tipo de argumento puede cumplir una función psicológica o cultural. Defender que el presente es más consciente o más lúcido permite legitimar los valores actuales y reducir la incomodidad que podría generar reconocer limitaciones propias. Sin embargo, una mirada más equilibrada admite una doble dimensión: es cierto que hoy existen mayores herramientas de introspección y acceso a la información, pero eso no garantiza automáticamente una comprensión más profunda de la vida. La introspección, cuando se centra exclusivamente en los propios estados emocionales, puede derivar en una forma de hiperreflexividad que no siempre facilita decisiones estables o coherentes.

Desmontando la explicación desde el economicismo

Desmontar la explicación **economicista** implica cuestionar una reducción frecuente: explicar fenómenos humanos complejos —como la fidelidad, el matrimonio o la cohesión familiar— casi exclusivamente en términos de incentivos materiales. Esa lectura, centrada en una versión simplificada del *Homo economicus*, puede captar una parte de la realidad, pero deja fuera dimensiones decisivas: valores, creencias, normas sociales y sentidos compartidos. El reto del pensamiento crítico aquí no es negar el peso de la economía, sino evitar que se convierta en una explicación total.

En efecto, reducir el pasado a la idea de que “no se separaban porque no podían permitírselo” simplifica en exceso. En contextos históricos como la Francia del siglo XIX o principios del XX, el matrimonio estaba inscrito en marcos religiosos, jurídicos y culturales donde el compromiso tenía un significado distinto al actual. Para muchas personas, no era solo un contrato, sino un vínculo dotado de una dimensión moral o incluso trascendente. Esa cosmovisión influía en las decisiones tanto como —y a veces más que— las restricciones materiales. Ignorar ese marco equivale a analizar conductas sin atender a los criterios de sentido que las sostenían.

Además, el papel del **honor** y la **reputación** era estructural. En sociedades más comunitarias, el reconocimiento social funcionaba como un tipo de capital no económico pero altamente relevante. La estabilidad familiar no solo respondía a necesidades prácticas, sino que contribuía a la credibilidad y a la posición dentro del grupo. Las sanciones sociales —explícitas o implícitas— podían ser tan determinantes como los costes financieros. Hoy, con una mayor individualización y anonimato, ese tipo de capital ha perdido peso relativo, lo que modifica los incentivos, pero no permite concluir que antes todo se redujera al dinero.

Otro punto clave es la relación entre individuo y grupo. Las sociedades tradicionales tendían a integrar más estrechamente la identidad personal con roles familiares y comunitarios. Esto no significa ausencia de conflicto o de deseo de cambio, pero sí implica que el sacrificio no siempre se percibía como una pérdida individual pura. En muchos casos, contribuir al bienestar del grupo formaba parte de la propia realización. En las sociedades contemporáneas, donde la identidad se concibe de forma más autónoma, esa misma renuncia puede experimentarse de manera distinta, como una limitación externa. El cambio no es solo económico, sino antropológico y cultural.

Una comprensión más completa requiere integrar ambos planos. La economía influye, pero no agota la explicación. Las relaciones humanas se sostienen en un entramado donde

intervienen normas, expectativas, afectos y significados compartidos. Ignorar cualquiera de estas dimensiones —ya sea la material o la simbólica— conduce a diagnósticos parciales y, por tanto, a respuestas incompletas frente a fenómenos complejos como la fragilidad de los vínculos o la soledad contemporánea.

La explicación económica se utiliza con tanta frecuencia porque permite reducir fenómenos humanos complejos a un lenguaje aparentemente claro, neutro y cuantificable. Sin embargo, desde una perspectiva crítica, puede entenderse también como una forma de reconfiguración del modo en que interpretamos la vida social, ya que al traducir casi todo a términos monetarios o de incentivos materiales, se modifica profundamente el marco desde el cual se toman decisiones y se evalúan las conductas. Cuando todo se interpreta a través del dinero, la dimensión moral de la vida cotidiana tiende a desdibujarse, porque ya no es necesario hablar de virtudes como la paciencia, la lealtad, la responsabilidad o el sacrificio. Estas categorías, que durante siglos estructuraron la comprensión de los vínculos humanos, pasan a ser sustituidas por un lenguaje de gestión de recursos, eficiencia y optimización individual. De este modo, las relaciones dejan de ser evaluadas en términos de sentido o de deber compartido, y comienzan a entenderse como intercambios donde lo relevante es el balance entre costes y beneficios.

En ese mismo proceso, la lógica económica no solo describe la realidad, sino que también contribuye a reorganizarla. Si se asume que instituciones como la familia existen únicamente por razones de necesidad material, entonces se abre el espacio para que el mercado intervenga y ofrezca soluciones alternativas a funciones que antes estaban integradas en la vida comunitaria. La comida, el cuidado de los hijos o de los ancianos, e incluso la gestión de la vida afectiva, pueden externalizarse a servicios especializados como la comida a domicilio, las aplicaciones de citas o las residencias de mayores. Esto no implica necesariamente una conspiración deliberada, sino una transformación progresiva en la que la lógica del mercado se expande hacia ámbitos que anteriormente estaban regulados por vínculos no económicos. El resultado es un desplazamiento de la familia como estructura central de apoyo hacia un conjunto de servicios individuales que pueden ser contratados y sustituidos, reforzando así una visión de la vida social en la que la autonomía y el consumo ocupan el lugar que antes tenían el compromiso y la pertenencia.